

Économies d'énergie

Astuces utiles au porte- monnaie et à la planète



Centre de Compétences en Énergies et Développement Durable

Daphné Roh – Pauline Chervaz – Léonard Luisier – Benjamin Chervaz

024 475 76 74 – durabilite@monthey-energies.ch

Bienvenue!

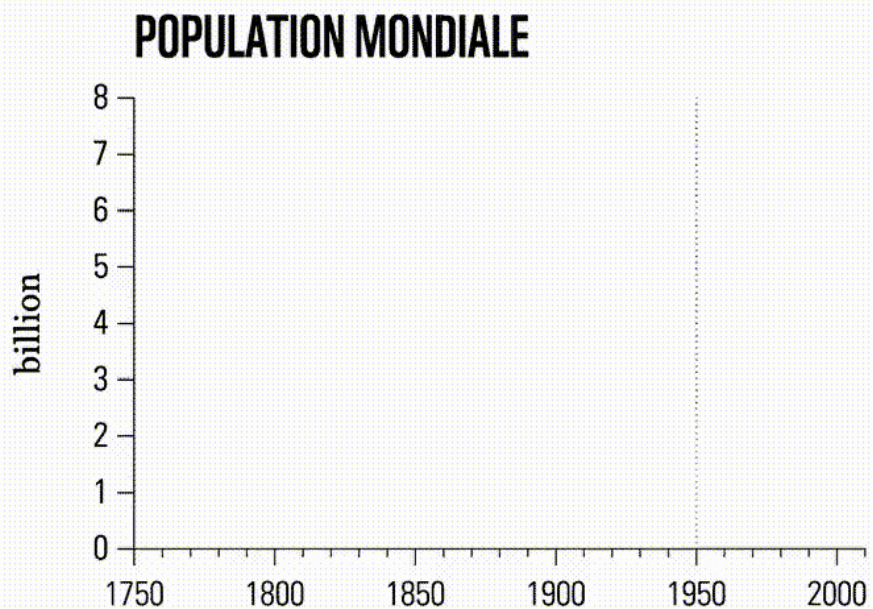
- Introduction
 - Coûts de l'énergie, comment le calculer, astuces classiques
 - Portail client Monthey Energies
- 3 ateliers
 - Achats, analyse de vos factures d'énergies, roue de la durabilité
 - 3 sous-groupes
 - 20 minutes par atelier
- Conclusion
 - Ce qu'en dit la science...
 - Ce que propose vos communes et documents à disposition
 - Questions et réponses

Une fiche récapitulative est fournie pour vous aider

Introduction



- TENDANCES SOCIO-ÉCONOMIQUES
- SYSTÈME TERRE

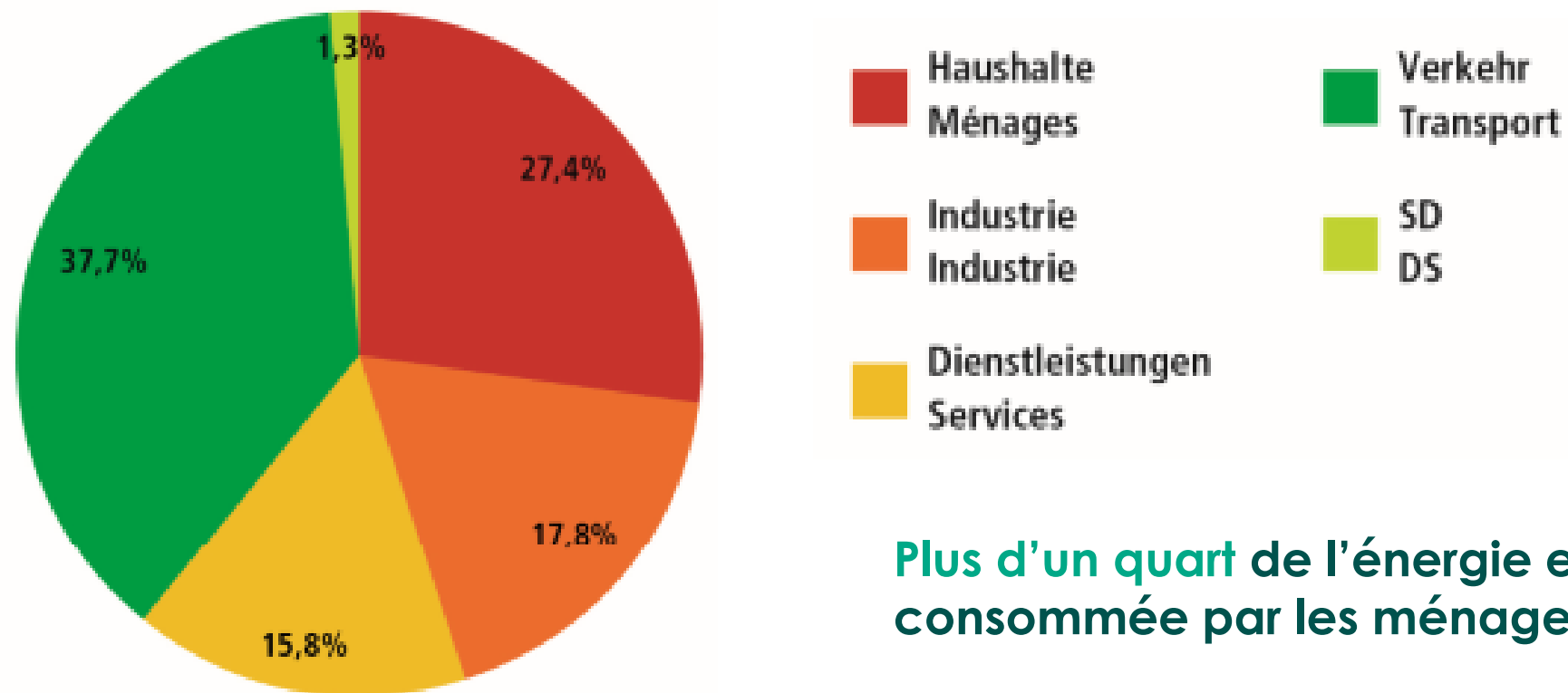


LA
GRANDE
ACCÉLÉRATION
À L'ŒUVRE

DEPUIS 1950

gifs.com

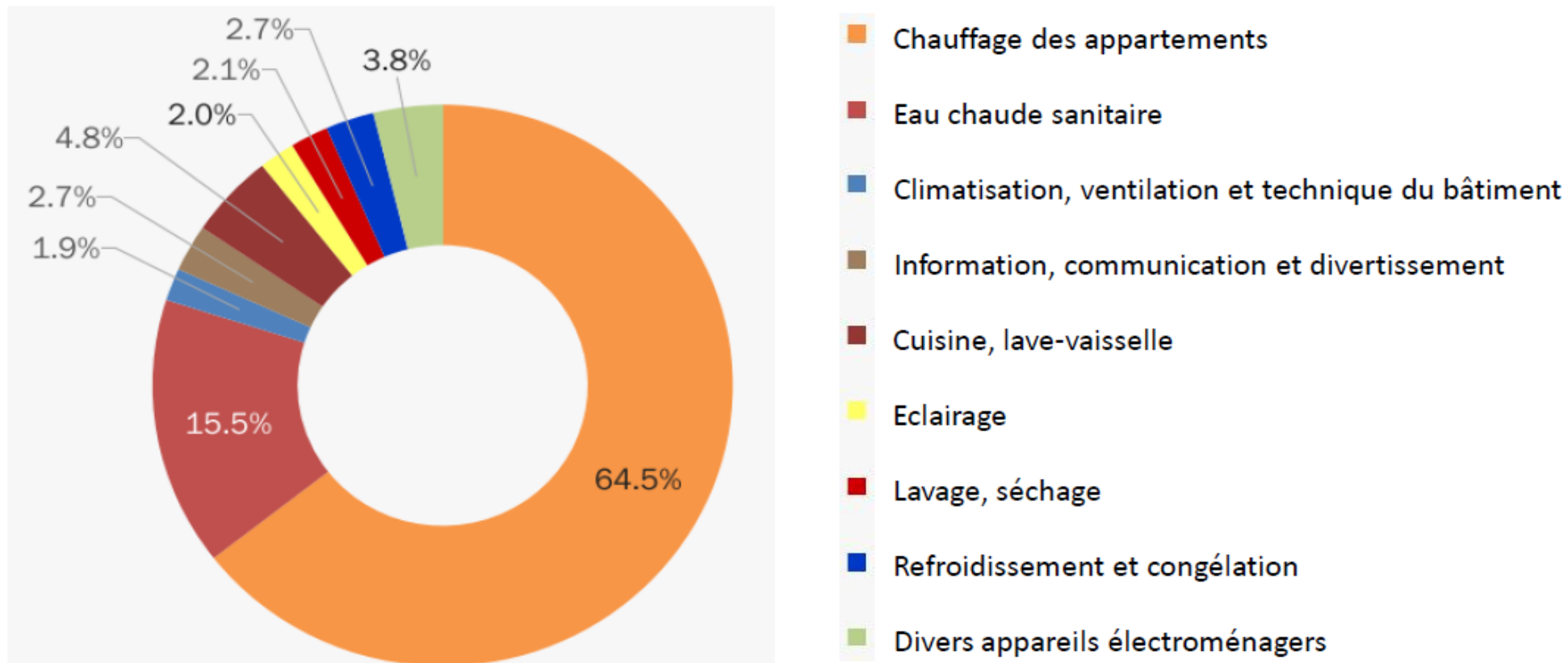
Consommation d'énergie en Suisse



Source: statistiques OFEN

Plus d'un quart de l'énergie est consommée par les ménages !

Le chauffage et ECS représente ~80% de la consommation d'une maison



Source: statistiques OFEN

Quel est le coût de l'énergie?

$$\text{Energie}_{(\text{kWh})} = \text{Puissance}_{(\text{kW})} \times \text{Temps d'utilisation}_{(\text{h})}$$

$$\text{Puissance}_{(\text{kW})} = \text{Tension}_{(\text{V})} \times \text{Courant}_{(\text{I})}$$

$$\text{Coût}_{(\text{CHF})} = \text{Energie}_{(\text{kWh})} \times \text{Tarif}_{(\text{CHF/kWh})}$$

Électricité : 0.27 CHF/kWh
CAD Satom : 0.085 CHF/kWh (Monthey)
Gaz : 0.15 CHF/kWh
Mazout : 0.10 CHF/kWh

*Données au 02.12.2024

Quel est le coût de l'énergie?



Puissance de l'appareil : 1kW (1000W)

Durée d'utilisation annuelle : 50h (1 heure par semaine)

Energie : $1\text{kW} \times 50\text{h} = 50\text{kWh}$

Coût : $50\text{kWh} \times 0.27\text{CHF/kWh} = 13.50\text{ CHF}$ par an

Economies d'énergies

Astuces utiles au porte-monnaie et à la planète



Chauffage

- **Isoler les conduites** de chauffage et d'eau chaude
- Équiper vos radiateurs de **vannes thermostatiques** (~20% d'économie)
- **Ne pas couvrir** les surfaces chauffantes
- **Purger** les radiateurs (~15% d'économie)
- **Fermer ses stores/volets** pendant la nuit
- Repérer les **fuites thermiques**
- Éviter de chauffer une maison vide en réglant correctement les **horaires de chauffage** (16°C/20°C)
- **Réduire** la température en **cas d'absence** (intéressant dès 3-4 jours)
- Adapter vos habillements, portez un pull à l'intérieur
- **Chaque degré de moins est 6% d'économie**
- **Aérer grand ouvert** 5 minutes plutôt qu'en imposte sur une longue période



* Les valeurs d'économie sur la facture de chauffage sont une moyenne en fonction du type d'isolation, utilisation, SRE, Nb utilisateurs

Eau chaude sanitaire

- Installer un **pommeau de douche économique**
- **Préférer la douche** au bain
- Utiliser de l'**eau froide** pour se laver les mains et les dents
- Régler la température de l'eau chaude du boiler sur **maximum 55°C**
- **Détartrage du boiler** tous les 10 ans, 15% d'économie sur le chauffage
- Réaliser un **ébouage** du circuit de chauffage
- **Régler le débit des éviers**, 10% d'économie sur la facture d'eau et de chauffage



www.ecodouche-co2.ch/je-participe

Douche	20-30l/min
Douche (pommeau économique)	12l/min
Petit bain	125-150l
Bain plein	200-250l

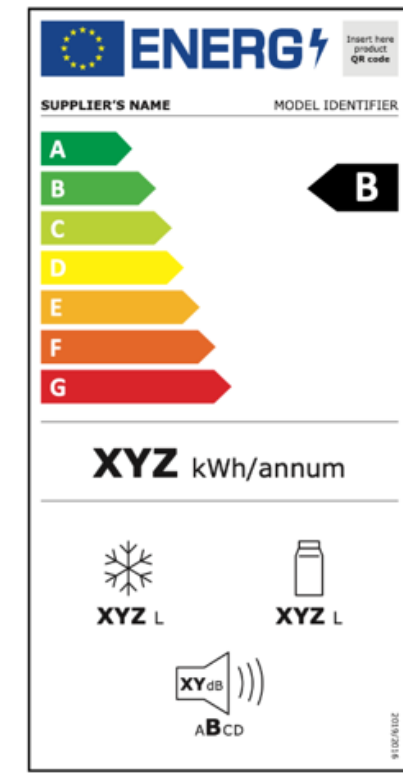
Cuisine (ménage moyen 3000kWh, 1000CHF)

- **Chaleur tournante** plutôt que chaleur supérieure et inférieure (~5CHF d'économie)
- En renonçant au préchauffage, vous économisez ~5CHF
- **Éteindre** le four/plaques céramique/vitro cinq minutes **avant la fin de la cuisson** (~5CHF)
- **Nettoyer les filtres** de vos appareils (~5CHF)
- Cuisiner fûté avec un **couvercle, marmite à vapeur** (~10CHF)
- Chauffer de l'eau en **quantité correcte** et avec une bouilloire (~15CHF)
- Régler le **frigo à 7°C** et **congélateur sur -18°C**
- **Remplacer les joints** des réfrigérateurs (~10CHF)
- **Dégivrer le congélateur** dès que de la glace se forme (~10CHF)
- Ne pas mettre les aliments chauds dans le frigo, le contraire oui

Général

(ménage moyen 3000kWh, 1000CHF)

- **Ne pas prélever** et remplir complètement les machines à laver (~15CHF)
- **Laver à 30°C** permet d'économiser 40% d'énergie par rapport 60° (~40CHF)
- **Séchage naturel** ou si possible bien essorer (1500 Tours/minute), (~100CHF)
- Remplacer vos luminaires par du **LED** et optimiser (~50CHF)
- **Attention aux grands consommateurs** d'énergies tels que climatisation, aquarium, jacuzzi, dé/humidificateurs, cave à vin, PC gamer, pompe pour fontaine, ...
- Installer des **multiprises** et **éteindre complètement** les appareils électriques non utilisés (ordinateurs, téléviseurs, chargeurs, machine à café, imprimantes, wifi, HIFI, (~1-2CHF par appareil/an)
- **Réparer** au lieu de remplacer
- **Choisir le bon appareil**, préférer les appareils de dernière génération plus efficaces



Economie totale ~300CHF!

Climatisation

Légal en Valais uniquement si :

- + Stores automatiques (ou filtre solaire)
- + Puissance **électrique** de l'appareil $< 12\text{W}/\text{m}^2$
- + Panneaux photovoltaïques pour couvrir la consommation (LcEne)

=> **cher à l'installation et en énergie**

Astuce :

- Rafraichir la nuit et tout fermer durant la journée
- Utilisation de ventilateurs



Portail client



- **Nouveau:** portail client Monthey Energies
- Accès facilité à vos données
 - Eau
 - Électricité
 - Contrats
 - Etc.
- Courbe de charge pour une analyse et un suivi détaillé



Prenez les commandes
de votre consommation!

Imaginez votre maison...

Et respirez!



Ateliers



Achats responsables

Comment faire le bon choix au magasin?



Analyse des factures d'énergies

Comment bien comprendre mes factures?

Merci aux propriétaires de panneaux photovoltaïques de former un groupe!



Roue de la durabilité

Quels gestes s'inscrivent dans le contexte climatique?

Ce qu'en dit la science...

- Prenons l'exemple du chauffage
- **Rappel:** chaque degré en moins représente 6% d'économie

5 tonnes

de CO₂ économisé sur la commune si tout le monde baisse son chauffage de 1°C



Pour aller plus loin

- Pour vous aider
 - Programme de subvention de la Ville de Monthey (www.monthey.ch/durabilite)
 - Programme de subvention cantonal (www.vs.ch/energie)
 - Sites web de référence (www.monthey-energies.ch/references)
 - Le petit guide des astuces écoénergétiques
 - Centre de compétences en énergies et développement durable



Conseils sur mesure
Monthey Energies SA
024 475 76 74
durabilite@monthey-energies.ch
Prêt du wattmètre sur demande

Conseils gratuits pour les habitant-e-s des communes
clientes de Monthey Energies SA!

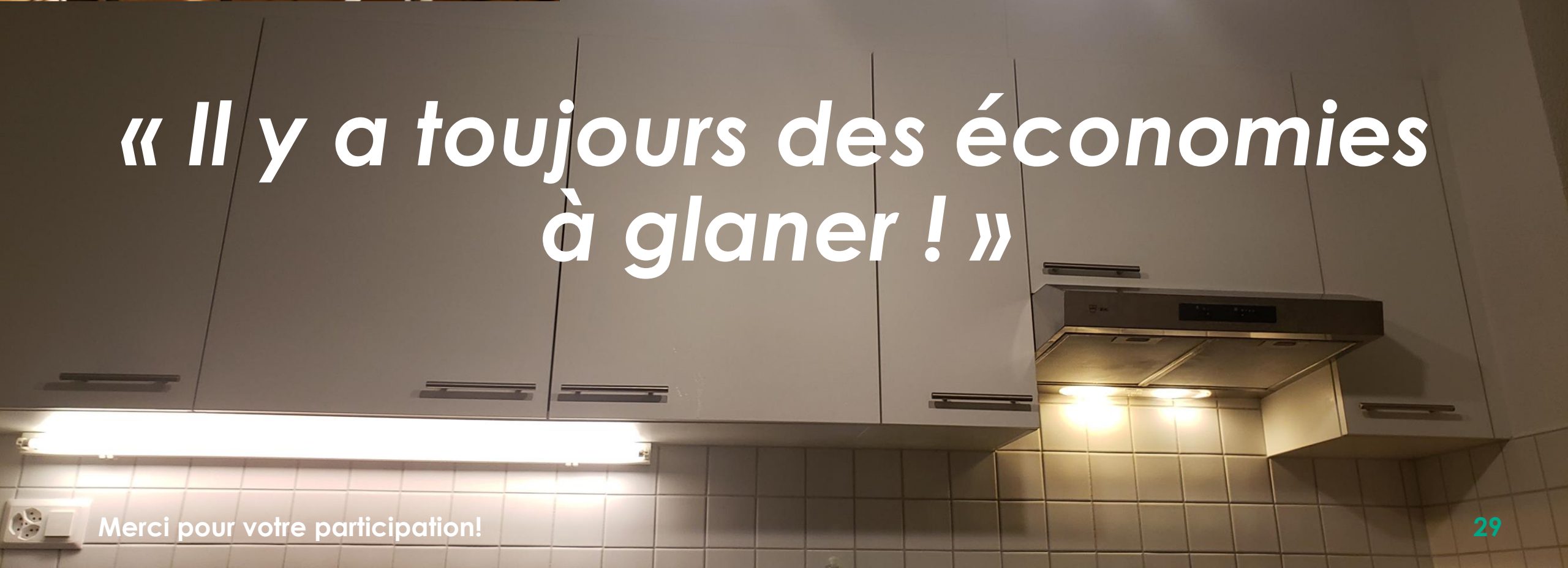
(Monthey, Collombey-Muraz, Massongex, Troistorrents)

Questions et réponses





« Il y a toujours des économies à glaner ! »



Merci pour votre participation!